

SKRIPSI



**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH DALAM
PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI PENDEKATAN BERMAIN
PADA SISWA KELAS VIII.1 SMP NEGERI 30 MAKASSAR**

***EFFORTS TO IMPROVE THE ABILITY TO PASS UNDER THE GAME
VOLLEYBALL THROUGH THE APPROACH TO PLAY IN STUDENTS CLAS
VIII.1 PUBLIC MIDDLE SCHOOL 30 MAKASSAR.***

**HASNI
1631041139**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2020**

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH DALAM
PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI PENDEKATAN BERMAIN
PADA SISWA KELAS VIII.1 SMP NEGERI 30 MAKASSAR**

***EFFORTS TO IMPROVE THE ABILITY TO PASS UNDER THE GAME
VOLLEYBALL THROUGH THE APPROACH TO PLAY IN STUDENTS CLAS
VIII.1 PUBLIC MIDDLE SCHOOL 30 MAKASSAR.***

ABSTRAK

Hasni, 2020. Penggunaan Model Pembelajaran 3 on 3 Untuk Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah dalam Permainan BolaVoli Melalui Pendekatan Bermaian Pada Siswa Kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar. (Dibimbing oleh Hasbunallah As dan Muhammadong.

Penelitian ini adalah jenis Penelitian Tindakan Kelas(*Classroom Action Research*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; untuk mengetahui permainan 3 on 3 dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar. Penelitian Tindakan Kelas meliputi 2 siklus yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Populasinya adalah keseluruhan Siswa Kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar. Sampel yang digunakan adalah siswa VIII.1 sebanyak 32 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; siklus I sebanyak 22 siswa atau 69% telah tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I 22 siswa atau 69%, dan siklus II sebanyak 4 siswa atau 12% belum tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I, 10 siswa atau 31%. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah mencapai indikator keberhasilan penelitian yaitu 88% siswa mempunyai ketuntasan belajar minimal pada kategori tuntas belajar. Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil keterampilan gerak siswa. Sebelum diterapkannya modifikasi media pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah melalui permainan 3 on 3.

Kata kunci: Passing Bawah Bolavoli, Pendekatan bermain.

PENDAHULUAN

Undang-Undang Dasar 1945 pasal 31 menyebutkan bahwa “setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan”. Amanat yang terkandung dalam ayat tersebut adalah mendapatkan pendidikan merupakan hak setiap individu tanpa memandang latar belakang maupun kondisi yang ada pada mereka. Lebih lanjut dunia pendidikan dituntut untuk mempersiapkan peserta didik dalam menampilkan keunggulan dirinya yang cerdas, kreatif serta mandiri. Untuk menciptakan peserta didik yang unggul tersebut, pendidikan harus berorientasi untuk menciptakan generasi muda yang mandiri dengan memberikan pendidikan yang bermutu.

Seiring dengan majunya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap Negara termasuk

Indonesia menghadapi tantangan untuk meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani warga negara yang maju, dimana manusia dapat dikatakan sudah sangat berkurang dalam gerak jasmaninya, sehingga tidak jarang menimbulkan gangguan-gangguan dalam metabolisme tubuh, sistem otot, tulang, jantung dengan pembuluh darahnya dan juga sistem syarafnya.

Pendidikan jasmani adalah wahana untuk pendidikan anak. Para ahli sepakat, bahwa pendidikan jasmani merupakan “alat” untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktifitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya (Rusli Lutan, 2002: 17).

Tujuan pembelajaran panjasorkes akan terwujud apabila

pembelajarannya dilakukan menggunakan metode, model dan pendekatan yang sesuai dengan kondisi sekolah yang bersangkutan. Akan tetapi yang menjadi masalah adalah keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran yang dimiliki sekolah yang masih belum terpenuhi, baik secara kuantitas maupun kualitasnya, sehingga akan menjadi kendala terhadap keberhasilan proses pembelajaran penjasorkes itu sendiri.

Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan

bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional Depdiknas (2003: 3), selain itu Pendidikan jasmani yang dilakukan sejak dini merupakan awal pengembangan prestasi olahraga. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya pembinaan Pendidikan jasmani, baik melalui jalur sekolah maupun luar sekolah, yang harus dilakukan sejak usia mudah.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan gerak untuk kualitas kehidupan manusia, oleh karena itu pendidikan jasmani di

sekolah bukanlah hanya sekedar mendidik, melalui aktifitas jasmani, akan tetapi proses pembelajaran pendidikan jasmani juga dijadikan sebagai salah satu media untuk memecahkan masalah gerak.

Penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah selama ini berorientasi pada pengajaran cabang-cabang olahraga yang sifatnya mengarah pada penguasaan teknik secara detail dari cabang olahraga yang diajarkan. Tuntutan yang demikian selalu mempengaruhi persepsi dan pola pikir guru pendidikan jasmani. Kenyataan ini dapat dilihat di lapangan, dari hasil pengamatan dapat dikatakan bahwa penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah belum dikelola sebagai mana mestinya sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan

peserta didik, baik dari segi kognitif, afektif, motorik, maupun fisik.

Pendidikan jasmani yang baik harus mampu meningkatkan pengetahuan anak tentang prinsip-prinsip gerak. Pengetahuan tersebut akan membuat anak mampu memahami bagaimana suatu keterampilan dipelajari hingga tingkatnya lebih tinggi. Dengan demikian seluruh gerakannya bisa lebih bermakna.

Pendidikan jasmani yang diselenggarakan di sekolah hendaknya dapat membentuk keterampilan gerak dasar bagi gerak siswa. Sekolah melalui berbagai keterampilan gerak akan dapat meningkatkan aktifitas pengembangan kemampuan jasmani siswa. Dengan demikian bagaimana guru memilih metode melibatkan siswa, berinteraksi dengan siswa

serta merangsang interaksi siswa dengan siswa lainnya, harus menjadi pertimbangan utama.

Permasalahan-permasalahan di atas dapat diselesaikan salah satunya dengan cara mengembangkan model pembelajaran penjasorkes di sekolah dengan memodifikasi pembelajaran passing bawah pada permainan boalvoli dengan media yang tidak seperti biasanya yang merelavan dan cocok dengan materi yang diajarkan serta sesuai dengan pendekatan yang digunakan.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMP Negeri 30 Makassar, dengan melakukan wawancara dan diskusi dengan salah satu guru penjas, diperoleh informasi bahwa di SMP Negeri 30 Makassar minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas masih kurang, dimana siswa lebih suka duduk-

duduk atau bergurau sendiri, pada saat jam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya passing bawah bolavoli.

Hanya beberapa siswa yang benar benar mengikuti pelajaran penjas dengan baik dan sungguh-sungguh.

Selain itu juga diperoleh data bahwa nilai bolavoli khususnya passing bawah pada siswa kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar masih rendah dan masih banyak yang belum dapat memenuhi standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan di sekolah tersebut yaitu 75. Sebagai guru penjas untuk mengantisipasi hal tersebut maka harus pandai-pandai membuat inovasi pembelajaran sebaik mungkin untuk dapat meningkatkan hasil belajar siswanya sehingga dengan Kriteria Ketuntasan Minimal

yang telah ditentukan dapat terpenuhi.

Banyak faktor yang menjadi penyebab kurangnya minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap nilai penjas itu sendiri. Salah satunya adalah faktor internal pada siswa, dimana siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru, karena guru hanya memberikan materi pokok tanpa disertai permainan atau variasi pembelajaran yang menarik yang dapat meningkatkan minat atau motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas.

Sehingga perlu diadakannya materi pembelajaran yang bervariasi dan menarik yang sesuai dengan karakteristik siswa SMP khususnya kelas VIII.1. Sehingga apa salahnya

guru menerapkan model pembelajaran yang berupa permainan, siswa tidak hanya bermain saja tapi juga belajar. Oleh karena itu perlunya model pembelajaran yang mampu memotivasi siswa untuk bergerak, salah satunya adalah model pembelajaran *passing* bawah bolavoli menggunakan permainan *3 on 3*. Dimana dengan permainan ini selain bertujuan untuk meningkatkan motivasi atau minat siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas di sekolah, yang pada akhirnya dengan adanya minat siswa tersebut diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah Bolavoli. Sehingga dengan diterapkannya modifikasi permainan tersebut dalam pembelajaran dapat menciptakan proses belajar mengajar yang

menyenangkan dan tercapainya tujuan dari pembelajaran tersebut. Permainan 3 on 3 merupakan suatu modifikasi permainan bolavoli yang diciptakan untuk menarik minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas dan juga dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bolavoli.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Penelitian Tindakan Kelas

Menurut Wijaya Kusuma (2009:9) penelitian tindakan kelas adalah penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru di dalam kelas. Menurut Hopkins yang dikutip oleh Mansur Muslich (2011: 8) “Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif, yang dilakukan oleh pelaku tindakan untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-

tindakannya dalam melaksanakan tugas dan memperdalam pemahaman terhadap kondisi dalam praktik pembelajaran”. Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran serta membantu memberdayakan guru dalam memecahkan masalah pembelajaran di sekolah. Menurut O’Brien sebagaimana dikutip oleh Endang Mulyatiningsih (2011:60). Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan ketika sekelompok orang (siswa) diidentifikasi permasalahannya, kemudian peneliti (guru) menetapkan suatu tindakan untuk mengatasinya.

Cohen dan Manion sebagaimana dikutip oleh Padmono (2010) menyatakan penelitian tindakan adalah intervensi kecil terhadap tindakan di dunia nyata dan

pemeriksaan cermat terhadap pengaruh intervensi tersebut. Pandangan ini menunjukkan bahwa penelitian tindakan dapat dilakukan secara kolaboratif dengan pakar. Pakar memberikan alternatif pemecahan dan alternatif tersebut perlu diuji sejauh mana efektifitasnya. Dengan demikian penelitian tindakan menurut Cohen dan Manion bukan mutlak harus dilakukan oleh pekerja sendiri (guru sendiri) akan tetapi guru dapat meminta atau bekerja sama dengan pihak lain. Selanjutnya Kemmis dan Taggart sebagaimana dikutip oleh Padmono (2010) menyatakan penelitian tindakan adalah suatu penelitian reflektif diri kolektif yang dilakukan oleh peserta-pesertanya dalam situasi sosial untuk mengingatkan penalaran dan keadilan praktek pendidikan dan

praktek sosial mereka, serta pemahaman mereka terhadap praktek-praktek itu dan terhadap situasi tempat dilakukan praktek-praktek tersebut. Kemmis dan Taggart memandang, bahwa penelitian ini dilakukan secara kolektif untuk memperbaiki praktek yang mereka lakukan dimana perbaikan dilakukan berdasarkan refleksi diri. Dalam bukunya *Becoming Critical : Education, Knowledge, an Action Research* 1986.

Kemmis dan Carr lebih jelas menyatakan penelitian tindakan adalah bentuk penelitian refleksi diri yang dilakukan oleh partisipan (guru, siswa, atau kepala sekolah, misalnya) dalam situasi-situasi sosial (termasuk pendidikan) untuk memperbaiki rasionalitas dan kebenaran (a) praktek-praktek sosial atau

pendidikan yang dilakukan sendiri, (b) pengertian mengenai praktek-praktek ini, dan (c) situasi-situasi (dan lembaga-lembaga) dimana praktek-praktek tersebut dilaksanakan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas merupakan bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki atau meningkatkan praktek pembelajaran di kelas secara profesional.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Hopkins yang dikutip oleh Mansur Mustich (2011: 8) “Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu bentuk kajian yang bersifat

refelktif, yang dilakukan oleh pelaku tindakan untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-tindakannya dalam melaksanakan tugas dan memperdalam pemahaman terhadap kondisi dalam praktik pembelajaran”.

Desain Penelitian

Prosedur penelitian adalah metode yang harus dilakukan dalam menerapkan metode dalam penelitian. Dalam Penelitian Tindakan Kelas ini akan dilakukan tindakan yang berlangsung secara terus menerus. Perbaikan pembelajaran dilaksanakan melalui proses pengkajian berdaur, menurut Kurt Trianto (2010:29) setiap siklus terdiri dari empat tahap yaitu merencanakan (*planning*), melakukan tindakan (*acting*),

mengemati (*observing*) dan refleksi (*reflecting*).

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, sedangkan sampel sebagai atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2008: 108) Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas SMP Negeri 30 Makassar berjumlah 1.299 siswa. Sedangkan sampel penelitian ini jumlah 32 siswa terdiri dari 15 Laki-laki dan 17 perempuan di kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Observasi Awal (Pra-Siklus)

Sebelum melaksanakan proses penelitian, peneliti bersama kolaborator mengadakan observasi awal untuk mengetahui kondisi awal siswa dan kelas mengenai materi

passing bawah dalam permainan bolavoli pada kelas VIII.1 SMP NEGERI 30 MAKASSAR sebelum diadakan penelitian. **Hasil Penelitian**

Siklus 1

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan di SMP Negeri 30 Makassar. Subyek penelitian pada penelitian tindakan kelas ini adalah siswa yang duduk di bangku kelas VIII.1 yang berjumlah 32 siswa. Dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas tentang Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan 3 On 3 Untuk Siswa Kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar khususnya keterampilan dalam *passing* bawah. Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani dilaksanakan dalam dua siklus.

Pembahasan

Penelitian Tindakan Kelas meliputi 2 siklus yang terdiri dari

siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pada siklus II tahap-tahap yang dilakukan merupakan perbaikan pada siklus sebelumnya. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini terdiri dari data tes yang berupa tingkat keterampilan gerak siswa yang diperoleh melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan materi *passing* bawah dalam bolavoli melalui permainan *3 on 3*. Hasil dari kedua siklus tersebut digunakan untuk mengetahui peningkatan ketuntasan belajar siswa dengan modifikasi permainan pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah bolavoli siswa

kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar.

Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil keterampilan gerak siswa. Sebelum diterapkannya modifikasi media pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah melalui permainan *3 on 3* diperoleh Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 22 siswa tuntas belajar, dan 10 siswa belum tuntas belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 28 siswa tuntas belajar dan 4 siswa belum tuntas belajar.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukan bahwa dengan

pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan akan mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan keterampilan gerak siswa. Hal ini mengingat pada dewasa ini sebagian besar guru masih menerapkan pola pembelajaran yang kurang disukai oleh siswa. Di mana hanya dengan memberikan pembelajaran yang mengajarkan teknik dasar dengan metode *driil* atau mungkin langsung pada permainan aslinya. Dengan keadaan ini membuat permainan *bolavoli* tidak dapat berjalan dengan baik dikarenakan siswa tidak memiliki kemampuan teknik dasar yang baik.

Pembelajaran yang dikemas dengan sedemikian rupa yang

mampu memberikan kesempatan bagi siswa mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasarnya dan memberikan kesempatan siswa untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang siswa untuk lebih memiliki teknik dasar yang baik. Dengan memberikan permainan yang dimodifikasi untuk memberikan kesempatan siswa berkembang dengan tahap-tahap sesuai dengan kemampuannya akan memberikan kontribusi yang positif. Hal ini dikarenakan keterampilan teknik dasar memiliki ketentuan tertentu agar dapat melakukan keterampilan yang baik. Secara khusus keterampilan *passing* bawah *bolavoli* harus dikuasi dengan baik dengan kriteria hasil *passing*

yang baik agar mudah diterima oleh toser.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha (2000: 70) pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor tersebut dibedakan menjadi tiga hal yaitu (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor Pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan).

Senada dengan pendapat tersebut menunjukkan bahwa kegiatan belajar mengajar harus diciptakan suasana yang baik agar guru dapat menyampaikan materi dengan mudah diterima oleh siswa. Selain agar mudah diterima oleh siswa guru harus mampu memberikan penyampaian materi dengan tahapan yang mudah disesuaikan dengan kemampuan yang dimiliki oleh siswa. Hal ini dikarenakan setiap siswa memiliki karakter dan tingkat keterampilan yang berbeda-beda

sehingga harus mampu memberikan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan secara klasikal. Tingkat kesulitan materi yang diajarkan juga akan mempengaruhi cepat lambatnya siswa dalam menguasai teknik tersebut sehingga guru harus mampu menjembatani keterbatasan tersebut. Disamping itu, lingkungan sekolah juga dapat mempengaruhi tingkat penguasaan siswa terhadap materi yang diajarkan. Hal ini seperti kualitas sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah. Dengan memiliki sarana yang lengkap maka guru akan mudah untuk memberikan materi pembelajaran dengan mudah untuk memodifikasi permainan yang didukung oleh

kelengkapan sarana yang dimiliki.

Secara khusus pemberian modifikasi permainan *3 on 3* dalam materi *passing* bawah bolavoli akan memberikan kesempatan siswa untuk mampu bermain dengan tahap-tahap tingkat keterampilan yang dimiliki dan didukung dengan faktor kebersamaan sesama teman. Dengan adanya permainan akan membantu siswa untuk berkerja sama dalam permainan sehingga siswa yang masih belum memiliki keterampilan yang baik dibantu oleh teman setimnya untuk bermain dengan baik. Permainan ini akan membantu siswa secara teknik dan psikis siswa. Prinsip psikis adalah bermain dengan senang dan kerjasama yang baik

(Suharno HP, 1981: 1-2).

Pembelajaran yang senang dan kerjasama yang baik akan mengubah situasi yang menjenuhkan ke situasi yang menyenangkan sehingga siswa akan semakin semangat dalam pembelajaran. Proses pembelajaran melalui permainan *3 on 3* ini bertujuan agar siswa memiliki kemampuan bermain yang baik. Karakteristik permainan bolavoli adalah permainan yang mengutamakan kerjasama agar mudah dalam mencetak poin.

Permainan bolavoli diawali dengan *servis*, *passing* dan diakhiri dengan *smash* dan *blocking*. Hal ini menunjukkan bahwa *passing* bawah sangat dibutuhkan untuk mampu menerima *servis* dari

lawan yang bertujuan untuk mempertahankan permainan dan memberi umpan ke toser agar mudah memberikan umpan kepada smasher. Dengan memiliki keterampilan teknik dasar *passing* bawah yang akan memudahkan siswa untuk menghidupkan permainan. Di mana dewasa ini teknik *servis* digunakan sebagai teknik menyerang yang pertama dan dilakukan sebaik mungkin agar dapat mencetak poin secepat mungkin. Sehingga dengan menguasai teknik *passing* bawah yang baik akan mudah dalam menerima *servis*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah

dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Kemampuan passing bawah bolavoli pada siswa kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar berkategori sedang.
2. Ada peningkatan kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswa kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar dengan menggunakan pendekatan bermain.

Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian mengenai peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan *3 On 3* Untuk Siswa Kelas VIII.1 SMP Negeri 30 Makassar, maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran

yang sekiranya dapat dijadikan masukan/ pertimbangan:

1. Untuk guru, dalam proses pembelajaran sebaiknya harus mengemas pembelajaran yang mudah dimengerti, dipahami dan dipraktikkan oleh siswa agar peningkatan hasil belajar siswa dapat dimaksimalkan.
2. Bagi siswa, dengan menggunakan pendekatan bermain diharapkan siswa dapat termotivasi dalam proses belajar.
3. Bagi sekolah, hendaknya bagi penelitian ini dapat memberikan sumbangan positif kepada sekolah dengan upaya meningkatkan kemampuan siswa dalam permainan bolavoli.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*.

Surakarta : Era Pustaka Utama.

Arikunto, Suharmisi. (2008). *“Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik”*. Jakarta : Rineka Cipta.

Agus, Mahandra. (2004). *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Tenaga Penjas Dikdasmen.

Barbara L Viera & Ferqusen B.J (2004). *Bolavoli Tingkat Pemula.*, Jakarta : PT Raja Grafindo Utama Slameto.

Depdiknas, (2003). *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*, Jakarta : Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Depdiknas. (1999). *Petunjuk Tes Keterampilan Bolavoli Usia 14-16 tahun*. Jakarta : Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.

Fajar, Malik Abdul. (2003). *Undang-undang Dasar 1945 Pasal 31*. Jakarta : Mendiknas

Kusuma, Wijaya. (2009). *Mengenal Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Machfud, Irsyada. (2000). *Bolavoli*. Jakarta: Depdiknas.

Masnur, Muslich. (2009). *Melaksanakan PTK itu*

mudah. Jakarta: PT Bumi Aksara.

M Muhyi. (2009). *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bolavoli*. Surabaya : PT. Grasindo.

Mulyatiningsih, Endang. (2011). *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan*. Yogyakarta : Alfabeta.

M. Yunus. (1992). *Olahrga Pilihan Bolavoli* .Jakarta: Depdikbud.

Rusli, Lutan. (2002). *Mengajar Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak Di Sekolah Dasar*. Jakarta : Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.

PBVSJ. (2004). *Perturan Permainan Bolavoli*. Jakarta : PBVSJ.

Piaget & Vigotsky. (2010). *Psikologi Anak*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Rianto, milam. (2002). *Pendekatan dan Metode Pembelajaran Anak*. Malang : Depdiknas.

Sudirman Burhanuddin. (2015). *Penelitian Tindakan Kelas dalam Bidang Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Makassar; Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.

Suhadi. (2005). *Pengaruh Model Pembelajaran Bolavoli Terhadap*

Kemampuan Kognitif Anak Sekolah Dasar. Yogyakarta : Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 3.

Suhadi. (2004). *Pengaruh pembelajaran Bolavoli*. Dedikbud.